内伤咳嗽之痰湿咳嗽的小儿推拿调理方案及穴位手法

****小儿痰湿咳嗽辩证要点：****

　　痰湿咳嗽主要是脾脏功能失调，不能将饮食消化吸收，水湿聚于体内，不能及时排出体外，化为痰液。其主要特点是咳声重浊，痰多色白而稀，喉中痰声漉漉，常伴有胸闷、食欲减退、易疲劳，舌淡红苔白腻。

　　今天，小儿推拿早该君老师就给大家分享内伤咳嗽（痰湿型咳嗽）的调理方案，希望能帮到各位。

****痰湿咳嗽治则：****燥湿化痰，肃肺止咳。

****痰湿咳嗽推拿处方****

　　补脾经，清肺经、顺运内八卦、飞经走气、揉膻中、按弦走搓摩、分推肩胛骨、揉肺腧、揉丰隆、揉足三里、

****穴位手法：****

　　1、补脾经，

　　位置：位于拇指桡侧指尖到指根从一直线；100-500次

　　手法：用拇指指腹从孩子左手的大拇指指尖向指根直推。

　　2、清肺经，

　　术者右手拇指自孩子无名指掌面末节横纹起推至指尖，推100~500次。

　　3、顺运内八卦，

　　位置：八卦位于手掌面，以掌心为圆心，从圆心至中指横纹约2/3处为半径，画一个圆，八卦穴就在这个圆上。称为运内八卦。100-300次

　　手法：使用按摩油等按摩介质，用大拇指或食、中指指尖轻轻的由乾卦起，以顺时针的方向推运至兑卦止，周而复始画圈，手法力度一定要轻。

　　作用：理气宽胸，顺气化痰，消宿食，降胃逆，调和五脏，有升清降浊之功。

　　4、飞经走气，

****部位：****自曲池至手指稍。

****操作：****医者先用右手握住患儿左手四指，再用左手四指从曲池起按之、跳之，至总筋处数次，再以拇、中二指拿住患儿之阴池、阳池二穴不动，然后右手将患儿左手四指向上往外，一伸一屈，连续做20-50次。

****效用：****行一身之气，清肺、化痰。

　　5、揉膻中，

　　术者以中指指腹揉孩子两乳头连线中点凹陷，揉100~200次。

　　6、按弦走搓摩、

****部位：****从两胁至肚角。

****操作：****令人抱患儿于怀中，较大的小儿，最好令其两手置头后或交叉搭在两肩上，医者以两手从患儿两胁自上向下搓摩至肚角处50－100次。

****效用：****顺气、化痰，除胸闷、开积聚。

　　7、分推肩胛骨，

　　术者两拇指指腹自肩胛上角，沿肩胛骨内侧缘分推至肩胛下角， 推50~100次。

　　8、揉肺腧、

　　术者两手四指抚孩子肩臂处，两手拇指指腹揉肺俞，揉50~100次。

　　9、揉丰隆

　　外踝上8寸，胫骨前缘外侧1.5寸，胫腓骨之间。用拇指或中指端揉之，100-300次。

　　10、揉足三里、

　　位置：足三里位于小腿前外侧，外膝眼下3寸、胫骨外侧前缘一横指处。30-50次

　　手法：用拇指指端顺时针着力按揉50次，两条腿都要按！

　　作用：健脾和胃、补中益气、强壮身体的功效。

　　痰湿咳嗽饮食以清谈为主，平时多进行户外活动，多点晒太阳，多运动。忌吃甜、黏、油腻的食物，宜吃蔬菜，尤其是一些具有健脾利湿、化痰祛痰的食物。内伤咳嗽属长期、反复发作的慢性咳嗽，妈妈们要注意调理宝宝的脾胃，以让宝宝更快的恢复健康。